

Prevalência da Síndrome de Burnout em estudantes da graduação de medicina

Prevalence of Burnout Syndrome in students of the medicine graduation

Prevalencia del Síndrome de Burnout en estudiantes de graduación de medicina

Ana Maria Gonçalves Oliveira¹, Bárbara Lima Andrade^{1*}, Giovanna Cordeiro Ferreira¹, João Victor Marques Monteaperto¹, Rafaella Gregori Perduca¹, Thiago Alves Hungaro¹, Ana Carolina Zanin Sacoman Kurihara¹.

RESUMO

Objetivo: Analisar a prevalência da Síndrome de Burnout em estudantes de Medicina. **Métodos:** Foi aplicada a escala adaptada *Maslach Bournout Inventory - Student Survey* (MBI-SS) em acadêmicos do primeiro ao décimo período da graduação, para que seja avaliada a prevalência da síndrome nessa população. Os procedimentos metodológicos se baseiam em um estudo observacional transversal, adotando a aplicação da escala MBI modificada (MBI-SS) em estudantes do curso de Medicina, utilizando a ferramenta “Formulários Google”. **Resultados:** Os estudantes possuem uma discreta tendência ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout. Os escores apresentaram-se moderados em “Exaustão emocional” e baixos em “Descrença”, mas altos em “Eficácia profissional”, não definindo a Síndrome de Burnout nas turmas investigadas. Entretanto, evidenciou-se que os estudantes do 4º período do curso tiveram um escore maior em relação à exaustão emocional. Em contraponto, aqueles que já estavam no internato, não apresentaram escores discrepantes em relação às demais turmas. **Conclusão:** Os escores encontrados não evidenciaram a Síndrome nas turmas investigadas. Entretanto, constatou-se que determinadas turmas apresentaram escores mais elevados em relação a outras, sendo significativos para possível surgimento futuro da síndrome.

Palavras-chave: Burnout, Estudantes de medicina, Prevalência.

ABSTRACT

Objective: Analyze the prevalence of Burnout Syndrome in medical students. **Methods:** The adapted Maslach Bournout Inventory - Student Survey Scale (MBI-SS) was applied to academics from the first to the tenth period of graduation, so that the prevalence of the syndrome in this population is assessed. The methodological procedures are based on a cross-sectional observational study, adopting the application of the modified MBI scale (MBI-SS) in medical students, using the “Google Forms” tool. **Results:** Students have a slight tendency to develop Burnout Syndrome. The scores were moderate in “Emotional exhaustion” and low in “Disbelief”, but high in “Professional effectiveness”, not defining the Burnout Syndrome in the investigated classes. However, it was evident that students in the 4th period of the course had a higher score in relation to emotional exhaustion. In contrast, those who were already at the boarding school did not present discrepant scores in relation to the other classes. **Conclusion:** The scores found did not show the syndrome in the investigated classes. However, it was found that certain classes had higher scores in relation to others, being significant for possible future appearance of the syndrome.

Keyword: Burnout, Medical students, Prevalence.

¹ Centro Universitário Municipal de Franca (Uni-FACEF), Franca - SP.

*E-mail: barbaraandrade0@yahoo.com.br

RESUMEN

Objetivo: Analizar la prevalencia del Síndrome de Burnout en estudiantes de medicina. **Métodos:** La escala adaptada *Maslach Bournout Inventory - Student Survey* (MBI-SS) se aplicó a los académicos desde el primer hasta el décimo período de graduación, para evaluar la prevalencia del síndrome en esta población. Los procedimientos metodológicos se basan en un estudio observacional transversal que adopta la aplicación de la escala MBI modificada (MBI-SS) en estudiantes de medicina, utilizando la herramienta "Formularios de Google". **Resultados:** Los estudiantes tienen una ligera tendencia a desarrollar el Síndrome de Burnout. Los puntajes fueron moderados en "agotamiento emocional" y bajos en "incredulidad", pero altos en "efectividad profesional", sin definir el síndrome de Burnout en las clases investigadas. Sin embargo, era evidente que los estudiantes en el cuarto período del curso tenían una puntuación más alta en relación con el agotamiento emocional. En contraste, aquellos que ya estaban en el internado no presentaron puntajes discrepantes en relación con las otras clases. **Conclusión:** Los puntajes encontrados no mostraron el síndrome en las clases investigadas. Sin embargo, se descubrió que ciertas clases tenían puntuaciones más altas en relación con otras, siendo significativas para la posible aparición futura del síndrome.

Palabra clave: Burnout, Estudiantes de medicina, Prevalência.

INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout (SB), inicialmente descrita em 1974 pelo norte americano Freunderberger, é caracterizada pela piora gradual do humor e falta de motivação, associadas a uma jornada laboral excessiva, resultando em sensação de esgotamento físico e mental (GUIMARÃES L, et al., 2002).

No início da década de 70, notou em si próprio sinais de uma síndrome clínica, a qual denominou síndrome de Burnout. O mesmo a caracterizou como um distúrbio psíquico, que leva a exaustão física e emocional, relacionada às atividades laborais e ocupacionais do indivíduo exposto cronicamente a fatores estressores nesse contexto (TAMAYO MR e TRÓCOLLI BT, 2009).

O Inventário de Burnout de Maslach (*Maslach Burnout Inventory* (MBI)) é a escala mais aplicada e fidedigna da atualidade, para estimar e avaliar a presença dessa síndrome. É consenso na literatura que o MBI, analisando fatores como Exaustão Emocional, Despersonalização e Realização Pessoal, estabeleceu a definição padrão da Síndrome de Burnout (TAMAYO MR e TRÓCOLLI BT, 2009).

Entre os descritores utilizados na escala MBI, a exaustão emocional, refere-se a sentimentos de fadiga, desencadeantes do esgotamento energético emocional. O fator despersonalização, refere-se a comportamentos negativos do profissional nos relacionamentos com os usuários dos seus serviços (indiferença, falta de sensibilidade e empatia, entre outros). O fator realização pessoal, denota a insatisfação com o seu comprometimento e desempenho no trabalho, associados a deterioração da auto competência (TAMAYO MR e TRÓCOLLI BT, 2009).

Esta condição é descrita em três pilares: exaustão física, desumanização ou despersonalização, e sensação de não realização pessoal ou baixa autoestima. Os sintomas comuns à síndrome envolvem características físicas (fadiga constante, dificuldade para relaxar, cefaleia, sudorese, palpitações, distúrbios gastrointestinais e alimentares, imunodeficiência), psíquicas (dificuldade de concentração, redução da memória, pensamento lentificado), emocionais (irritação, agressividade, desânimo, ansiedade, depressão) e comportamentais (desinteresse, propensão ao isolamento, negligência, falta de flexibilidade) (FABICHAK C, et al., 2014; MORELLI SG, et al., 2015).

O extenso processo de formação do profissional médico, associado a cobrança externa e a auto cobrança causa no mesmo vulnerabilidade ao desenvolvimento de fadiga física e mental, possivelmente interferindo no desempenho laboral e equilíbrio do indivíduo, que quando exacerbado, pode culminar com a SB (PRADO MSFM, et al., 2019).

O ingresso para o curso de Medicina requer uma responsabilidade precoce para que os jovens se tornem estudantes e profissionais competentes. Devido a isso, em especial a fase de transição estudante-profissional, acaba por desencadear estresse, o qual pode evoluir para a SB. Por isso, a condição é descrita na literatura, em especial nos profissionais e acadêmicos da área de saúde (PRADO MSFM, et al., 2019).

Dentro da área médica acadêmica, a SB tem como um dos principais fatores desencadeantes a necessidade que o indivíduo expressa de mostrar seu valor, conseguir reconhecimento, prestígio, idolatria e a aquisição de muito conhecimento teórico e prático em curto período (GUIMARÃES LAM e CARDOSO WLCD, 2004).

Estes fatores, conseqüentemente, levam o estudante a buscar estratégias pouco saudáveis para alcançar o que almeja, como: aumento da carga horária de estudos, sono prejudicado e/ou insuficiente, alimentação desregrada, redução da atividade física ou abstinência da mesma; comparação com outros colegas ou médicos e professores, levando a baixa autoestima; e estabelecimento de metas para as tarefas acadêmicas quase impossíveis de serem cumpridas a curto prazo, causando a sensação de impotência e não realização pessoal (OLIVEIRA RZ, et al., 2011)

O crescente número de vagas dos cursos de Medicina no Brasil causou um incremento no número de formados anualmente, o que configura ao estudante ou recém-formado, maior competição por espaço no mercado de trabalho. Associado, existe a cobrança externa, exercida pelos pais, professores, colegas e população; e a interna, provocada pelo próprio estudante, na busca por destaque, prestígio e sensação de onipotência diante da profissão. Existem inúmeras formas de estimar o índice de Burnout, em certos grupos populacionais de trabalhadores, sempre abordando o conceito tridimensional do burnout (exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional). Neste estudo, foi utilizado o questionário adaptado de Christina Maslach e Susan Jackson, criado na década de 1980 (Maslach Burnout Inventory, 1981), que foi modificado por João Maroco e Miguel Tecedor em 2009 a partir da versão de Schaufeli et al em 2002, a fim de contemplar estudantes (HOELZ L e CAMPELLO L, 2015; MAROCO J e TECEDERO M, 2009; SCHAUFELI WB, et al., 2002).

A crescente incidência de debates sobre esta patologia, e o aumento do número de pacientes diagnosticados com a mesma, justifica a necessidade de realizar estudos sobre o tema burnout em acadêmicos do curso de Medicina, identificando fatores predisponentes e seus riscos, para que se possa propor soluções para prevenir e abordar adequadamente as conseqüências do estresse referente ao curso.

Deste modo, o presente estudo visa determinar a prevalência da Síndrome de Burnout entre estudantes, do curso de Medicina do Centro Universitário Municipal de Franca, do primeiro ao décimo período da graduação, dispostos a participar do estudo voluntariamente. Interpretar dados e quantificar a incidência e a prevalência da Síndrome de Burnout nessa população.

MÉTODOS

Realizou-se um estudo observacional transversal, aplicando uma escala e posterior compilação e análise dos dados. Esse tipo de estudo, analisa uma situação em seu momento presente, no espaço e no tempo, assim demonstrando a prevalência atual de uma condição em determinada população (ARAGÃO J, 2011).

Esta pesquisa foi inscrita na Plataforma Brasil do Ministério da Saúde sob protocolo CAAE: 26054719.1.0000.5384, e aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Municipal de Franca (Uni-FACEF).

A pesquisa e coleta de dados ocorreram por meio de aplicação da escala MBI modificada, *Maslach Burnout Inventory for students* (MBI-SS) em acadêmicos de uma graduação de Medicina, localizada em um município de São Paulo, Brasil, utilizando a ferramenta "Formulários Google".

Para preservar a confidencialidade dos dados coletados foram feitos termos de consentimento livre e esclarecido (TCLE) para os participantes, com linguagem simplificada e objetiva. Assim, garantindo sigilo absoluto e anonimato, conforme normas e protocolos de ética e sigilo de pesquisa.

Foram incluídos no estudo, todos os acadêmicos da graduação de um curso de Medicina, do primeiro ao décimo período, no período de setembro a dezembro de 2019.

MBI-SS foi respondido pela escala tipo Likert de sete pontos, o valor 0 para “nunca” e o 6 para “sempre”. A somatória analisa a presença de Burnout relacionada aos escores de cada dimensão. Altos escores em “exaustão emocional” e “descrença” e baixos escores em “eficácia profissional”, indicam a presença da Síndrome de Burnout (TOMASCHEWSKI-BARLEM JG, et al., 2013; PRADO MSFM, et al., 2019).

Essa escala, a princípio, continha apenas as dimensões “exaustão emocional” e “descrença”. A terceira dimensão, “eficácia profissional”, foi adicionada depois de um estudo que incluiu centenas de profissionais de várias áreas. Foi ratificada no Brasil com uma pequena adequação concordante com o novo acordo ortográfico entre os países de língua portuguesa. Observando os estudos recentes sobre a presença da síndrome em estudantes, pôde ser constatado que o MBI-SS é uma escala precisa para definir a presença de Burnout em várias circunstâncias, em especial em estudantes universitários (CARLOTTO MS e CÂMARA SG, 2006; CAMPOS JADB, et al., 2013).

Após a aplicação dos questionários aos estudantes, via endereço eletrônico, foi utilizado o software “Microsoft Excel” para avaliar as respostas de cada participante. Por meio deste, foram realizadas análises dos itens das dimensões da escala MBI, utilizando-se frequência, porcentagem e média.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa incluiu 87 estudantes matriculados no curso de Medicina de uma Instituição de Ensino Superior (IES), no estado de São Paulo. Dentre eles, 17 eram do segundo período (19,5%), 22 do quarto período (25,3%), 12 do sexto período (13,8%), 18 do oitavo período (20,7%) e 18 do décimo período (20,7%). A idade desses participantes variou de 16 anos a 40 anos, mas 55 (63,2%) estavam na faixa etária de 20 a 25 anos. Não houve participação de estudantes de períodos ímpares devido à instituição promover processos seletivos anuais e a aplicação dos questionários foi realizada no segundo semestre.

Para a análise dos níveis de Burnout, comparou-se estatisticamente os estudantes conforme os períodos do curso. Entretanto, os escores das dimensões (exaustão emocional, descrença e eficácia profissional) que compõem a escala MBI-SS, de forma geral, estão apresentados na tabela a seguir (**Tabela 1**).

Tabela 1 - Análise das dimensões da escala de Burnout (MBI-SS) em estudantes de um curso de Medicina (n=87).

Dimensões	Média	Mínimo	Máximo
Exaustão emocional	3,47	0	6
Descrença	2,08	0	6
Eficácia profissional	4,05	0	6

Fonte: Oliveira AMG, et al., 2020.

Entretanto, quando se analisou os itens que constituem as dimensões da escala, notou-se que alguns apresentaram escores significativos para a predisposição à Síndrome de Burnout, como por exemplo o item: “Os meus estudos deixam-me emocionalmente exausto”. Este item expressou o maior escore dentre aqueles da dimensão “Exaustão emocional”, em todas as turmas avaliadas.

Contrariamente, na dimensão “Descrença” obteve-se média com níveis baixos na turma dos estudantes do primeiro ano (2º período) em comparação às demais (**Tabela 2**). O item “Sinto-me estimulado quando alcanço os meus objetivos escolares” foi o de maior escore da dimensão “Eficácia profissional”, principalmente nos grupos de estudantes do primeiro (2º período) e segundo ano (4º período) de medicina.

Tabela 2 - Média dos itens das dimensões da escala de *Burnout* (MBI-SS) em estudantes do primeiro ano (2º período) de um curso de medicina, 2020.

Dimensões	Média	Mínimo	Máximo
Exaustão emocional			
1.Os meus estudos me deixam emocionalmente exausto	4,23	2	6
2.Sinto-me de “rastos” (acabado) no final de um dia de universidade	3,41	2	6
3.Sinto-me cansado quando levanto de manhã e penso que tenho que enfrentar mais um dia de universidade	2,82	1	5
4.Estudar ou assistir uma aula deixa-me tenso	2,88	1	6
5.Os meus estudos deixam-me completamente esgotado	3,23	1	6
Descrença			
6.Tenho vindo a desinteressar-me pelos meus estudos desde que ingressei na universidade	1,17	0	2
7.Sinto-me pouco entusiasmado com os meus estudos	1,64	0	3
8.Sinto-me cada vez mais cínico relativamente a utilidade potencial dos meus estudos	1,23	0	4
9.Tenho dúvidas sobre o significado dos meus estudos	1,35	0	4
Eficácia profissional			
10.Consigo resolver de forma eficaz os problemas decorrentes dos meus estudos	3,58	1	6
11.Acredito que participo de forma positiva, nas aulas que assisto	4	1	6
12. Sinto que sou um bom aluno	4,11	2	6
13. Sinto-me estimulado quando alcanço meus objetivos escolares	5,11	4	6
14.Tenho aprendido muitas matérias interessantes durante o meu curso	4,29	2	6
15.Durante a aula/tutoria/discussão, sinto que consigo acompanhar as matérias de forma eficaz	3,76	1	5

Fonte: Oliveira AMG, et al., 2020.

Além disso, quando os escores foram calculados separadamente por classe, houve variação de respostas nos itens. E aquela com os maiores escores propensos a *Burnout* na dimensão “Exaustão emocional” foi o segundo ano (4º período) do curso de medicina, se destacando no maior escore do item “Os meus estudos deixam-me completamente esgotado”. (**Tabela 3**).

Tabela 3 - Média dos itens das dimensões da escala de *Burnout* (MBI-SS) em estudantes do segundo ano (4º período) de um curso de medicina, 2020.

Dimensões	Média	Mínimo	Máximo
Exaustão emocional			
1.Os meus estudos me deixam emocionalmente exausto	4,45	2	6
2.Sinto-me de “rastros” (acabado) no final de um dia de universidade	4,31	2	6
3.Sinto-me cansado quando levanto de manhã e penso que tenho que enfrentar mais um dia de universidade	4,04	2	6
4.Estudar ou assistir uma aula deixa-me tenso	2,95	1	5
5.Os meus estudos deixam-me completamente esgotado	4,04	1	6
Descrença			
6.Tenho vindo a desinteressar-me pelos meus estudos desde que ingressei na universidade	1,81	0	5
7.Sinto-me pouco entusiasmado com os meus estudos	2,45	1	5
8.Sinto-me cada vez mais cínico relativamente a utilidade potencial dos meus estudos	2,27	0	5
9.Tenho dúvidas sobre o significado dos meus estudos *	2,47	0	6
Eficácia profissional			
10.Consigo resolver de forma eficaz os problemas decorrentes dos meus estudos	3,40	1	5
11.Acredito que participo de forma positiva, nas aulas que assisto	4,5	2	6
12. Sinto que sou um bom aluno	4,27	2	6
13. Sinto-me estimulado quando alcanço meus objetivos escolares	5,04	2	6
14.Tenho aprendido muitas matérias interessantes durante o meu curso	4,5	2	6
15.Durante a aula/tutoria/discussão, sinto que consigo acompanhar as matérias de forma eficaz	4,5	2	6

Fonte: Oliveira AMG, et al., 2020.

De acordo com a **Tabela 4**, os estudantes do terceiro ano (6º período) do curso de medicina estudado, destaca-se também o item “Sinto-me estimulado quando alcanço os meus objetivos escolares” na dimensão “Eficácia profissional”, correspondendo a maior média. Em contrapartida, o item “Os meus estudos me deixam emocionalmente exausto” da dimensão “Exaustão emocional” representou a segunda maior média.

Tabela 4 - Resultados dos itens das dimensões da escala de *Burnout* (MBI-SS) em estudantes do terceiro ano (6º período) de um curso de medicina, 2020.

Dimensões	Média	Mínimo	Máximo
Exaustão emocional			
1.Os meus estudos me deixam emocionalmente exausto	4,41	2	6
2.Sinto-me de “rastos” (acabado) no final de um dia de universidade	4	1	6
3.Sinto-me cansado quando levanto de manhã e penso que tenho que enfrentar mais um dia de universidade	3,58	0	6
4.Estudar ou assistir uma aula deixa-me tenso	2,91	2	6
5.Os meus estudos deixam-me completamente esgotado	3,38	0	6
Descrença			
6.Tenho vindo a desinteressar-me pelos meus estudos desde que ingressei na universidade	2,16	0	5
7.Sinto-me pouco entusiasmado com os meus estudos	2,08	0	6
8.Sinto-me cada vez mais cínico relativamente a utilidade potencial dos meus estudos	2,16	0	5
9.Tenho dúvidas sobre o significado dos meus estudos	2,33	0	5
Eficácia profissional			
10.Consigo resolver de forma eficaz os problemas decorrentes dos meus estudos	3	0	5
11.Acredito que participo de forma positiva, nas aulas que assisto	3,33	0	5
12. Sinto que sou um bom aluno	3,25	1	5
13. Sinto-me estimulado quando alcanço meus objetivos escolares	4,58	1	6
14.Tenho aprendido muitas matérias interessantes durante o meu curso	4,33	3	6
15.Durante a aula/tutoria/discussão, sinto que consigo acompanhar as matérias de forma eficaz	3,83	1	6

Fonte: Oliveira AMG, et al., 2020.

Os estudantes do quarto ano (8º período) da instituição, demonstraram um perfil com médias maiores em relação a dimensão “Eficácia profissional”, principalmente nos itens “Sinto-me estimulado quando alcanço meus objetivos escolares”, “Tenho aprendido muitas matérias interessantes durante o meu curso” e “Durante a aula/tutoria/discussão, sinto que consigo acompanhar as matérias de forma eficaz” (**Tabela 5**).

Tabela 5 – Resultados dos itens das dimensões da escala de *Burnout* (MBI-SS) em estudantes do quarto ano (8º período) de um curso de medicina, 2020.

Dimensões	Média	Mínimo	Máximo
Exaustão emocional			
1.Os meus estudos me deixam emocionalmente exausto	3,38	1	6
2.Sinto-me de “rastos” (acabado) no final de um dia de universidade	3,38	2	6
3.Sinto-me cansado quando levanto de manhã e penso que tenho que enfrentar mais um dia de universidade	3,22	1	6
4.Estudar ou assistir uma aula deixa-me tenso	2,61	1	6
5.Os meus estudos deixam-me completamente esgotado	2,88	1	6
Descrença			
6.Tenho vindo a desinteressar-me pelos meus estudos desde que ingressei na universidade	2,11	0	6
7.Sinto-me pouco entusiasmado com os meus estudos	2,33	0	6
8.Sinto-me cada vez mais cínico relativamente a utilidade potencial dos meus estudos	2,27	0	6
9.Tenho dúvidas sobre o significado dos meus estudos	2,22	0	6
Eficácia profissional			
10.Consigo resolver de forma eficaz os problemas decorrentes dos meus estudos	3,11	1	5
11.Acredito que participo de forma positiva, nas aulas que assisto	3,77	0	5
12. Sinto que sou um bom aluno	4	2	5
13. Sinto-me estimulado quando alcanço meus objetivos escolares	4,77	2	6
14.Tenho aprendido muitas matérias interessantes durante o meu curso	4,22	2	6
15.Durante a aula/tutoria/discussão, sinto que consigo acompanhar as matérias de forma eficaz	4,51	1	5

Fonte: Oliveira AMG, et al., 2020.

De acordo com a **Tabela 6**, os resultados dos itens das dimensões da escala de *Burnout* (MBI-SS) nos estudantes do quinto ano (10º período) assemelhou-se aos resultados dos estudantes do quarto ano. Os itens da dimensão “Eficácia profissional”, como “Sinto-me estimulado quando alcanço meus objetivos escolares” e “Tenho aprendido muitas matérias interessantes durante o meu curso” também obtiveram médias mais elevadas neste período do curso.

Tabela 6 – Resultados dos itens das dimensões da escala de *Burnout* (MBI-SS) em estudantes do quinto ano (10º período) de um curso de medicina, 2020.

Dimensões	Média	Mínimo	Máximo
Exaustão emocional			
1.Os meus estudos me deixam emocionalmente exausto	4,11	2	6
2.Sinto-me de “rastos” (acabado) no final de um dia de universidade	3,55	2	6
3.Sinto-me cansado quando levanto de manhã e penso que tenho que enfrentar mais um dia de universidade	3,5	1	6
4.Estudar ou assistir uma aula deixa-me tenso	2,33	0	6
5.Os meus estudos deixam-me completamente esgotado	2,72	1	6
Descrença			
6.Tenho vindo a desinteressar-me pelos meus estudos desde que ingressei na universidade	2,22	0	5
7.Sinto-me pouco entusiasmado com os meus estudos	2,72	0	5
8.Sinto-me cada vez mais cínico relativamente a utilidade potencial dos meus estudos	2,47	0	6
9.Tenho dúvidas sobre o significado dos meus estudos	2,11	0	6
Eficácia profissional			
10.Consigo resolver de forma eficaz os problemas decorrentes dos meus estudos	3,27	1	6
11.Acredito que participo de forma positiva, nas aulas que assisto	4	2	6
12. Sinto que sou um bom aluno	3,55	1	6
13. Sinto-me estimulado quando alcanço meus objetivos escolares	4,22	1	6
14.Tenho aprendido muitas matérias interessantes durante o meu curso	4,16	2	6
15.Durante a aula/tutoria/discussão, sinto que consigo acompanhar as matérias de forma eficaz	3,55	1	6

Fonte: Oliveira AMG, et al., 2020.

Constatou-se que nas três dimensões da escala MBI-SS os escores apresentaram moderados em “Exaustão”, baixos em “Descrença” e altos em “Eficácia profissional”. Isso evidencia que os estudantes não possuem a Síndrome de Burnout. Todavia, os escores de alguns itens de “Exaustão” são significativos, sendo consequência da redução de recursos emocionais internos, causada pelo sentimento de cobrança cada vez mais constante. Isso provoca o estudante e futuro profissional, a necessidade de conciliar suas próprias demandas, como estudante e indivíduo, com os problemas e demanda do outro, no caso o paciente, o colega de turma, o professor e os pais (ASAIAG PE, et al., 2010).

Devido a imaturidade referente às novas adaptações da vida acadêmica e a vivência profissional, o indivíduo se sente vulnerável, ansioso e amedrontado, levando-o a apresentar comportamentos de fuga, negação situacional e baixa autoestima. Esse prejuízo, causa falta de laboração, contato impessoal com pacientes, condutas imprudentes, ironia e indiferença, descontentamento profissional, insatisfação e vontade de abdicar seu estudo ou trabalho. São aspectos que se cronificam se o estudante ou profissional não dispõe de ferramentas suficientes para enfrentar problemas de sua rotina (ASAIAG PE, et al., 2010; PÊGO FPL E PÊGO DL, 2016).

Os escores mais altos, de todas as classes, se referem a “Os meus estudos deixam-me emocionalmente exausto”. A exaustão tem estreita relação com o surgimento de distúrbios do sono, associado a horas adicionais de estudos, as quais além de interferirem no tempo total de sono reparador dos estudantes, são pouco produtivas. Devido à redução de horas de sono, os acadêmicos referem piora no bem-estar e

produtividade ao longo do dia, com presença de sonolência excessiva, lentificação do raciocínio e redução da pró-atividade (ASAIAG PE, et al., 2010).

De todo modo, mesmo que a presença da síndrome não exista no grupo avaliado, os resultados assumem relevância, e alerta para a necessidade de se levar em consideração a qualidade do sono, o modo como o estudante se sente ao longo do dia e seu aproveitamento, visando melhor compreensão de seu bem-estar psicológico, sobretudo em fases potencialmente estressoras, como as semanas de provas.

Em todas as turmas, deste estudo, os escores relacionados ao esgotamento individual foram expressivos, sendo uma característica da Síndrome de Burnout, e que provoca implicações futuras no rendimento individual. A detecção precoce pode produzir interferências preventivas e resultados positivos no ensino de classes com maior risco de desenvolvimento da síndrome (CAMPOS JADB, et al., 2013). Observou-se que os estudantes do primeiro ano da graduação (2º período) obtiveram a menor média em relação às demais turmas no descritor “Descrença”, esse dado pode estar relacionado com a idade mais jovem e a realidade de que o momento de ingresso no curso de medicina desperta entusiasmo, otimismo e motivação (**Tabela 2**).

A jornada preparatória para o ingresso no curso, para muitos não é de fácil execução. O indivíduo passa por muitos momentos de insegurança, dúvidas, cobranças externas e internas, além de muito tempo dedicado aos estudos. Iniciar uma jornada, a qual é sabida por ser o princípio de uma carreira profissional de grandes responsabilidades e méritos, é por si só uma fase que motiva o aluno e o torna positivista e esperançoso em relação às demais turmas, as quais, possivelmente, já passaram por uma quantidade maior de momentos de ansiedade, tensão e estresse emocional.

Analisando os planos de ensino do curso de Medicina da instituição em estudo, observou-se que o segundo ano (4º período) era marcado pela disciplina “Habilidades médicas”, composta por seis especialidades. Na tabulação dos dados, essa turma obteve os maiores escores, podendo desencadear a Síndrome de Burnout, na dimensão “Exaustão emocional”, especialmente no item “Os meus estudos deixam-me completamente esgotado”.

Podemos relacionar a relação da proposta acadêmica do curso e a média alta nos descritores supracitados com o fato de que é durante os primeiros anos do curso, que o indivíduo se depara com conteúdo completamente novos, não estudados anteriormente no ensino médio, com alta carga teórica muitas vezes de sentidos vagos, o que pode causar sentimento de insegurança, ansiedade e a sensação de necessidade de aprendizado imediato e obrigatório. Associado a isso, existe a cobrança, tanto relacionada a notas, quanto ao intervalo de tempo para o aluno se dedicar aos estudos, o que pode se tornar causa dos primeiros sinais de exaustão e esgotamento (OLIVEIRA RZ, et al., 2011).

As repercussões de um estudante de medicina com manifestações da SB são sentidas por todos aqueles próximos do indivíduo, pois, a despersonalização é marcada por uma atitude de distanciamento emocional com os colegas/paciente, resultando em relações voláteis e sem afetividade. Na preparação para executar as atividades com domínio técnico, conciliando o enfrentamento de situações de sofrimento, os estudantes podem ser influenciados, tanto para a humanização de seu trabalho, quanto para a banalização do mesmo (LIMA AS, 2016; TOMASCHEWSKI-BARLEM, et al., 2014).

Entretanto, o baixo nível de descrença e o alto nível de eficácia profissional evidenciam que, mesmo diante da exaustão, os estudantes conseguem encontrar formas de ultrapassar os obstáculos rotineiros, garantindo os mecanismos internos sem atingir o limiar de esgotamento que poderia resultar na SB. Isso pode ser observado nos altos escores na dimensão “Eficácia profissional”, principalmente no item “Sinto-me estimulado quando alcanço os meus objetivos escolares alto, em todas as turmas.” (**Tabelas 2 a 6**)

Existem poucos trabalhos científicos que pesquisaram a prevalência da síndrome de Burnout especificamente em acadêmicos do curso de Medicina. Em um estudo envolvendo médicos residentes, foi relacionado sonolência diurna e a síndrome e notou-se que 76% apresentavam índices patológicos na escala de sonolência. Esse índice expressa que ao dispor da escolha médica, o profissional passa a manifestar inclinações relevantes a desenvolver Burnout ainda ao longo da formação, desde a graduação até a especialização (ASAIAG PE, et al., 2010).

Diante disso, nota-se a necessidade de mais estudos que visem o aprofundamento da síndrome, não somente acerca de sua existência ou não, mas sim dos principais motivos e causas que a levaram como consequência em determinada população, em especial na de médicos e estudantes de medicina, que são classes afetadas pela condição laboral.

Uma pesquisa feita em graduandos em enfermagem, de uma universidade pública brasileira, demonstrou que os estudantes não manifestaram a Síndrome de Burnout, entretanto, apresentaram médias elevadas quando avaliado a exaustão emocional, o que pode representar manifestações iniciais da síndrome. Observou-se também a relação entre uma possível desistência do curso e os fatores descrença e eficácia profissional, sendo necessária atuação direcionada ao fortalecimento da identidade com a profissão e a ações de equidade diante dos acadêmicos que apresentaram alguma dúvida quanto à escolha profissional (TOMASCHEWSKI-BARLEM JG, et al., 2014).

De modo geral, a ocorrência da Síndrome de Burnout mostra importante relação entre o esgotamento dos recursos emocionais internos e o contexto social no qual o indivíduo está inserido. Os resultados apresentados nesta pesquisa demonstraram que, nos acadêmicos do curso de Medicina, o comprometimento emocional variou de acordo com a série, sendo o segundo ano (4º período) o mais afetado.

Ainda que as circunstâncias da formação acadêmica sejam vistas como estressantes, a satisfação e o interesse em não abandonar, fazem com que os acadêmicos utilizem vários artifícios para enfrentar o desgaste mental. Quanto a isso, algumas pessoas despendem todos os esforços necessários para atingir seus objetivos, o que pode levar à exaustão emocional (SILVA RM, et al., 2017).

Segundo Suca-Saavedra R, et al. (2016), o próprio internato médico é um elemento negativo na formação profissional, contribuindo para um desempenho profissional ineficaz e outras consequências como depressão, abuso de drogas e, até mesmo, o suicídio. Apesar disso, os estudantes do quinto ano investigado, não obtiveram escores discrepantes das outras turmas, embora os fatores relacionados ao estresse no internato médico como carga horária, início dos plantões médicos, noturnos, diurnos e nos finais de semana, aquisição de novas habilidades, possam contribuir para o surgimento de Burnout.

A formação médica, no geral, pode influenciar na evolução para doenças psiquiátricas, incluindo a Síndrome de Burnout. Aspectos perturbadores como quantidade excessiva de atividades e a carga horária elevada, são preponderantes no curso de medicina, bem como a convivência com a dor do outro, provas teóricas e práticas, contato com a morte, receio de contrair doenças, dilemas éticos, plantões extensos, escolha da especialidade, preocupação em não ser aprovado nas provas de residência médica, conflitos entre dever e lazer, entre outros (QUERIDO IA, et al., 2016).

Diante disso, em geral, o uso de estratégias para lidar com o estresse no processo de aprendizagem é essencial para colaborar na adaptação e reduzir suas consequências no bem-estar dos estudantes. Ressalta-se que, se os fatores exaustivos estiverem fortemente presentes, mesmo utilizando-se de mecanismos de enfrentamento, há um alto risco para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout (SANCHES GFS, et al., 2017).

Portanto, buscando ações que desfaçam a exaustão e com isso evitem a síndrome, é importante reconhecer os fatores estressores; para isso se faz preciso o suporte emocional ao estudante durante sua graduação. A amenização de ansiedades, conflitos e preocupações contribuem para seu desenvolvimento humano e para a maturidade diante de dificuldades inerentes ao processo de aprendizagem. As experiências durante a formação podem ser gatilhos de estresse para os estudantes, mas as estratégias de enfrentamento podem diminuir o desgaste e evitar graves consequências, tais como a Síndrome de Burnout (SANCHES GFS, et al., 2017).

CONCLUSÃO

Os resultados mostram que os estudantes pesquisados obtiveram discreta tendência ao desenvolvimento da Síndrome. Os escores apresentaram-se moderados em “Exaustão emocional” e baixos em “Descrença”,

mas altos em “Eficácia profissional”, não definindo a Síndrome de Burnout nas turmas investigadas. Mesmo que os resultados revelaram discreta tendência à síndrome, é importante que as Instituições de Ensino valorizem a manifestação precoce pois, as experiências às quais a graduação é exposta, principalmente com o sofrimento e com a morte, podem ter relevante contribuição no desenvolvimento da exaustão emocional, contribuindo para redução do desempenho acadêmico e pessoal do aluno.

REFERÊNCIAS

1. ARAGÃO J. Introdução aos estudos quantitativos utilizados em pesquisas científicas. *Práxis*, 2011; 3(6):59-62.
2. ASAIAG PE, et al. Avaliação da qualidade de vida, sonolência diurna e burnout em médicos residentes *Revista Brasileira de Educação Médica*, 2010; 34(3): 422-429.
3. CAMPOS JADB, et al. Burnout in dental students: effectiveness of different methods. *Rev Odontol UNESP*, 2013; 42(5): 324-329.
4. CARLOTTO MS, CÂMARA SG. Características psicométricas do Maslach Burnout Inventory - Student Survey (MBI-SS) em estudantes universitários brasileiros. *Psico-USF*, 2006; 11(2): 167-173.
5. FABICHAK C, et al. Síndrome de burnout em médicos residentes e preditores organizacionais do trabalho. *Revista Brasileira Medicina Trabalho*, 2014; 12(2): 79-84.
6. GUIMARÃES LAM, CARDOSO WLCD. Atualizações da síndrome de Burnout. São Paulo: Casa do psicólogo, 2004.
7. HOELZ L, CAMPELLO L. Relação entre Síndrome de Burnout, erro médico e longa jornada de trabalho em residentes de medicina. *Revista Brasileira Medicina Trabalho*, 2015; 13(2): 126-134.
8. LIMA AS. Prevalência e fatores associados à Síndrome de Burnout nos profissionais da saúde da atenção primária de Juiz de Fora. *Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva) – Faculdade de Medicina. Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora*; 90 p.
9. MAROCO J, TECEDEIRO M. Inventário de burnout de Maslach para estudantes portugueses. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 2009; 10(2): 227-235.
10. MORELLI SG, et al. Burnout em médicos da Atenção Primária: uma revisão sistemática. *Revista Brasileira Medicina Família Comunidade*, 2015; 10(34): 1-9.
11. OLIVEIRA RZ, et al. Acadêmicos de Medicina e Suas Concepções sobre “Ser Médico”. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 2011; 35(3): 311 – 318.
12. PÊGO FPL, PÊGO DL. Síndrome de Burnout. *Rev Bras Med Trab*, 2016; 14(2): 171-176.
13. PRADO, MSFM, et al. Avaliação da Síndrome de Burnout entre estudantes do último ano de um curso de medicina do Brasil. *Arch. Health. Sci*, 2019; 26(1): 41-46.
14. QUERIDO IA, et al. Fatores associados ao estresse no internato médico. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 2016; 40(4): 565-573.
15. SANCHES GF, et al. Síndrome de Burnout entre concluintes de graduação em enfermagem. *J Nurs UFPE*, 2017; 11(1): 31-39.
16. SCHAUFELI WB, et al. Burnout and engagement in university students. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 2002; 33(5): 464-481.
17. SILVA RM, et al. Profile of nursing students with hardiness personality or Burnout Syndrome. *J Nurs UFPE*, 2017; 11(1): 1606-1615.
18. SUCA-SAAVEDRA R, LÓPEZ-HUAMANRAYME E. Síndrome de burnout en internos de medicina del Perú: ¿es un problema muy prevalente? *Rev Neuropsiquiatr*, 2016; 79(1): 69-70.
19. TAMAYO MR, TRÓCCOLI BT. Construção e validação fatorial da Escala de Caracterização do Burnout (ECB). *Estudos de psicologia*, 2009; 14(3): 213-221.
20. TOMASCHEWSKI-BARLEM JG, et al. Manifestações da Síndrome de Burnout entre estudantes de graduação em enfermagem. *Texto Contexto Enferm*, 2013; 22(3): 754-762.